కావ్యాలలో కవులు వండిన తెలుగు వంటకాలు

డా. జి వి పూర్ణచందు

ఆహార చరిత్ర పరిశోధకుడు,

మన ఆహార సంస్కృతి అనేది మన ఆహార చరిత్రనీ, దాని ఆరోగ్య మూలాలను సమన్వయం చేసే ఒక ప్రత్యేక అధ్యయన అంశం. మనిషి జీవించే సమాజం, ఆచార వ్యవహారాలు, వైజ్ఞానిక ప్రగతి, ఆర్థిక పరమైన అంశాలు, రాజకీయ కారణాలు, మతపరమైన కారణాలు, సారస్వత విశేషాలు కలగలసి ఆహార సంస్కృతిని రూపొందిస్తాయి.

చరిత్ర రచనకు శాసనాలు, ఇతర పురావస్తు ఆధారాలు అనేకం దొరుకుతాయి. అవి మన ఆహార చరిత్ర ప్రాచీనతను దాని ప్రాచీనతను నిరూపించేవిగా ఉంటాయి. శిలాజాలుగా మారిన పెసలు, గోధుమలు, జొన్నల్లాంటివి మన ప్రాంతాల్లో తవ్వకాలలో బయలు పడ్డప్పుడు వాటి ప్రాచీనత, అప్పటి మన వ్యవసాయ సంస్కృతుల గురించిన అవగాహన కలుగుతుంది. ఆదిమ కాలం నాటి రాక్ పెయింటింగ్స్ గురించి చేసిన పరిశొధనలో ఒక రకం ఆకుపచ్చరంగు కోసం పెసల పిండిన వాడినట్టు తేలింది. పెసలు మన ప్రాచీన ధాన్యం అనటానికి ఇదే తార్కాణం.

మన ప్రాచీన కావ్యాలు, పాటలు, చాటువులు, జానపద గేయాలు, సామెతలు, ఇతర సాహిత్య ఆధారాలూ మన ఆహార చరిత్రను చాటి చెప్పేవిగా ఉంటాయి. వాటిని యేబుకునే శ్రద్ధ మనకు లేకపోవటమే లోపం. పాల్కురికి సోమనాథుడు గోంగూర గురించి ప్రస్తావించాడు కాబట్టి వెయ్యేళ్ళుగా మనకు గోంగూర తినే అలవాటుందని ఒక అవగాహన కలుగుతుంది

దమయంతీ స్వయంవర సందర్భంలో వడ్డించిన ఒక వంటకాల పట్టికని శ్రీనాథుడు శృంగార నైషథం కావ్యంలో ఇచ్చాడు. 350 సంవత్సరాల క్రితం అయ్యలరాజు నారాయణామాత్యుడనే కవి, ఆనాటి ప్రజల జీవన స్థితిగతుల గురించి ఒక విజ్ఞాన సర్వస్వం అనదగినన్ని వివరాలతో 'హంసవింశతి' కావ్యం వ్రాశాడు. అందులో విష్ణుదాసుడు వ్యాపారం పని మీద విదేశీ ప్రయాణానికి బయలు దేరినప్పుడు వెంట తీసుకు వెళ్ళిన ఆహార పదార్థాలలో లడ్వాలు, కోడబళ్ళు, పూరీలు కూడుపరిగెలు, తెలుపరిగెలు, మొదలైన దాదాపు 70 రకాల ఆహారపదార్థాలున్నాయి. పేరు మారిపోయిన వంటకాలు, వండటం మరిచి పోయినవి కూడా వాటిలో ఉన్నాయి. అలాగే, అనేక కావ్యాలలో ఆనాటి వంటకాల ప్రస్తావన ఉంది. వాటి గురించి సాంఘిక చరిత్రకారులు పెద్దగా పట్టించుకోలేదు. తెలుగు వారి సాంఘిక చరిత్రలో ఆహార చరిత్ర సముచిత స్థానం పొందలేక పోయింది.

తెలుగు వారి ఆహార చరిత్ర అంటే, అతి ప్రాచీనమైన తెలుగు ప్రజల సాంఘిక, ఆర్థిక, రాజకీయ, సాంస్కృతిక చరిత్రగా భావించి అన్వేషణ జరిపితేనే ఒక సమగ్రతను సాధించ గలుగుతాం. రాతి యుగాల కాలంలో ఇక్కడ పండిన పంటలు, పురావస్తు పరంగా దొరికిన కుండ పెంకులు, పెనాలు, మూకుళ్ళూ, గిన్నెలూ, పొయ్యిలూ, శిలాజాలుగా మారిన ధాన్యపు గింజలు, ఇతర వ్యావసాయిక ఉత్పత్తులు ఇవన్నీ ఆహార చరిత్రని పరిశీలించేందుకు ఉపయోగించే అంశాలే! వాటి ఆధారంగా మన ఆహార చరిత్రను నిర్మించేందుకు ఒక "నిర్మాణాత్మక ఊహ" అవసరం అవుతుంది.

భారత దేశంలో, ప్రత్యేకించి తెలుగు నేలమీద జన్మ నొందిన అనేక వృక్ష జాతులు ఉన్నాయి. చారిత్రక వృక్షశాస్త్రం ఆధారంగా వాటిని మనం పరిశీలించాల్సి ఉంటుంది. తెలుగు నేల మీద సంచరించిన అనేక పశు పక్ష్యాదుల అస్థికల

శిలాజాలను బట్టి చేసిన కాల నిర్ధారణలు కూడా ఆహార చరిత్ర రచనకు సామగ్రిగా ఉపయోగ పడతాయి. తెలుగు నేల మీద తర తరాలుగా ప్రసిద్ధి పొందిన వైద్య గ్రంథాలలో పేర్కొన్న విషయాలు కూడా ఇందుకు దోహదపడేవి అనేకం ఉన్నాయి. క్లియోపాత్రా సమాధిలో దోసావకాయకు సంబంధించిన ఆధారాలు దొరికినప్పుడు, చరిత్రలోంచి సాంఘిక చరిత్రను యేరుకోవాలసిన అగత్యం అవగతమౌతుంది.

శ్రీనాథుడు పేర్కొన్న ఘుమఘుమలు

"మరీచి ధూళీ పాళి పరిచితంబులు మాణి/బంధాశ్మ లవణ పాణింధమములు
బహుళ సిద్ధార్థ జంబాల సారంబులు/పటురామఠామోద భావితములు
తింత్రిణీక రసోపదేశ దూర్ధురములు/జంబీర నీరాభి చుంబితములు
హైయంగవీన ధారాభిషిక్తంబులు-లలిత కస్తుంబరూల్లంఘితములు
శాకపాక రసావళీ సౌష్ఠవములు
భక్ష్యభోజ్య లేహ్యంబులు పానకములు
మున్నుగా గల యోగిరంబులు సమృద్ధి
వెలయగొని వచ్చె నొందొండ విధములను"

శ్రీనాథుడు చెప్పిన ఈ పద్యంలో వంటకాలను పరిశీలించండి: గుణనిధి భ్రష్టుడయ్యాడు. ఉన్న ఊరు వదిలేసి పారిపోయాడు. దారిలో ఓ శివాలయం కనిపించింది. అక్కడో భక్తుడు తెల్లవారుఝామున నైవేద్యం పెట్టటానికి ఘుమఘుమల వంటకాలు సిద్ధంగా ఉంచాడు. నైవేద్యం పెట్టే సమయం అవుతోంది. ఒకవైపు శివభజన జరుగుతోంది. గుణనిధి కాసేపు భజనలో కూచున్నాడు. ఆకలి మీద ఉండటంతో, సందు చూసుకుని ఆ వండిన పదార్థాలు దొంగతనం చేద్దామని గర్భాలయంలో దూరాడు. అక్కడ దీపం వత్తి కొండెక్కుతోంది. తన బట్ట చింపి వత్తిని చేసి వెలిగించాడు. ఆ వెలుగులో కనిపించిన వంటకాల పట్టిక ను ఈ పద్యంలో వర్ణించాడు శ్రీనాథుడు:

మరీచి ధూళి పాళి పరిచితాలు: మిరియాలపొడి చల్లి తయారు చేసిన కారపు సూపు.

బంధాశ్మ లవణ పాణింధమాలు: మాణిబంధం అంటే సైంధవలవణం. దాన్ని ఇంకా నొక్కి చెప్పటానికి 'అశ్మలవణం'(రాతి ఉప్పు) అని కూడా అన్నాడు. పాణింధమం అంటే చేతుల్తో నొక్కి చేసిన పిండివంట. బోర్లించిన తప్పాల మీదగానీ, పెనం మీద గానీ చేతుల్తో వత్తి కాల్చిన రొట్టె. దీన్ని 'తప్పాలచెక్క' అని కూడా పిలుస్తారు.

సిద్ధార్థ జంబాల సారం: ఆవపిండి గ్రేవీ ఎక్కువగా ఉండే పెరుగుపచ్చడి కావచ్చు. సిద్ధార్థం అంటే ఆవాలు. జంబాలం అంటే అడుసు. ఈ రెండు పదాలనూ గమ్మత్తుగా ఆవపిండి కలిపిన వంటకానికి ప్రయోగించాడు శ్రీనాథుడు.

పటు రామఠామోద భావితాలు: మంచి ఇంగువ ఘుమాయించే సాతాలింపు వంటకాలు. ఇంగువ చెట్టు పాలను ఎండిస్తే ఇంగువ అవుతుంది. రామఠం, బాహ్లీకం అనేవి ఆఫ్ఘనిస్తాన్, ఇరాన్ ప్రాంతాలలో ఇంగువ మొక్కలు పెరిగే ప్రాంతాల పేర్లు. ఆ పేర్లతోనే ఇంగువనీ పిలుస్తారు.

తింత్రిణీక రసోపదేశ దూర్ధురములు: చింతపండు రసం కలిపిన పులుసు

హైయంగవీన ధారాభిషిక్తంబులు: హైయంగవీనం అంటే తొలి రోజు ఆవుపాల వెన్న లేదా ఏ రోజు పెరుగు ఆరోజే చిలికి తీసిన వెన్నను కరిగించిన తాజా నేతిలో మునిగి తేలే వంటకాలు

లలిత కస్తుంబరూల్లంఘితాలు: లలిత కస్తుంబరు అంటే లేత కొత్తిమీర వేసి కాచిన పరిమళ భరిత రసం లేదా చారు కావచ్చు.

శాకపాక రసావళీ సౌష్టవాలు: సౌష్టవం కలిగిన కూరగాయలతో చేసిన రుచికరమైన కూరలు.

భక్ష్యభోజ్య లేహ్యంబులు పానకములు: భక్ష్యాలు (కొరికి తినవలసిన గారెల్లాంటి పిండివంటలు), భోజ్యాలు (నమిలి మింగవలసిన అన్నమూ, కూరలు), లేహ్యాలు (చప్పరిస్తూ తినవలసిన హల్వా, కేసరి లాంటివి), చోష్యాలు(చూష్యాలు-పీలుస్తూ సేవించే పులుసు, పప్పుచారు వగైరా), పానకాలు(పాయసాలు, కీరు,సూపు వగైరా) ఇలా ఐదు రకాల ఆహార పదార్థాలు అక్కడ సిద్ధంగా ఉండగా ఆ మసక వెలుతురులో ఆకలి మీద ఉన్న గుణాఢ్యుడు చూశాడట.

ఈ పద్యంలో ఉల్లంఘితములు, అభిచుంబితములు, దూర్ధురములు లాంటి పదాలను అవలీలగా ప్రయోగించి, కాస్త తికమక పెట్టినప్పటికీ, తెలుగువారి రోజువారీ వంటకాలనే ప్రస్తావించాడు శ్రీనాథుడు.

సుకియ లంటే సుక్కారోటీలు

కుడుములు, సుకియలు, గడియంపుటట్లు, వెన్నప్పాలు, వడియంబు లప్పడాలు ... అంటూ కళాపూర్ణోదయంలో పింగళి సూరన గారు ప్రస్తావించిన కొన్ని వంటకాలలో సుకియ లున్నాయి. గణపువరపు వేంకటకవి -అప్పములు, వెన్నప్పములు, సుకియలు, అమృత కలశములులాగులు చక్కెర బూరెలు ఉక్కెరల పేర్లు వ్రాశాడు వీటిలో సుకియలు ఉన్నాయి. తిరుమల శ్రీవారి ప్రసాదాల పట్టికలో కూడా సుకియ లున్నాయి.

"దోసెలు, అప్పముల్ సుకియలున్ ధారాళమై కన్పడన్" అంటూ రామాభ్యుదయంలో అయ్యలరాజు రామభద్రుడు దోసెలు, అప్పాలు, సుకియల గురించి ప్రస్తావించాడు. ఈ సందర్భంలోనే ఈ కవిగారు ఔగులు అనే వంటకాన్ని కూడా ప్రస్తావించాడు. ఆంధ్ర శబ్దరత్నాకరంలో ఔగులు,సుకియలు రెండూ ఒకటే అని వివరణ ఉంది. బ్రౌన్ నిఘంటువు సుకియలు (పూర్ణం)బూరెలు కావచ్చుననని చెప్పింది. లోపల తీపి పదార్థాన్ని ఉంచి తయారు చేసే తినుబండారాన్ని 'సుకు' అంటారు.

సుగ్గు అంటే, బియ్యం పిండితో చేసిన వంటకాన్ని సుగీలు అంటారు. సుగమంచి, సుగుమంచి లేదా సుకమంచి అనే తెలుగు పదాలకి పెళ్ళి కుమార్తెకు పెట్టి కాపురానికి పంపే బియ్యం, పప్పు, నెయ్యి వగైరా!

పాళీ భాషలో సుక్ఖ, ప్రాకృతంలో సుక్క, అంటే శుష్కింప చేసినదని! సంస్కృత శుష్కిత, పాళీ సుక్ఖిత పదాలకు "సుకియ" తెలుగు రూపం. ఎండించింది లేదా నిప్పుల మీద కాల్చిందని అర్థం.

ఇలా నూనెలో వేయించకుండా శుష్కింపచేసే రొట్టెలు మన సాహిత్యంలో చాలా కనిపిస్తాయి. మండెగలు, జమిలి మండెగలు, లాగులు, ఔగులు, మణుగులు ఇవన్నీ ఇంచుమించు ఒకే మోస్తరుగా తయారయ్యే వంటకాలే! శుష్కింప చేయబడిన రొట్టెని సుక్కా రోటీ అంటారు. పంజాబీ ఢాబాలలో ఈ పేరు తరచూ వినిపిస్తుంటుంది. నిప్పులమీద కాల్చిన రొట్టెని సుక్కా రోటీ అంటారు. సుక్కా పదాన్ని ఇదే అర్థంలో మాంసాహారాలకు కూడా వాడుతుంటారు. కోడిసుక్కా, మటన్ సుక్కా

లాంటి పేర్లు తరచూ వినిపిస్తుంటాయి. వేపుడు కూరని కూడా ఇప్పుడు సుక్కా పేరుతో పిలుస్తున్నారు. "పన్నీర్ సుక్కా" అనే వంటకం ఇలాంటిదే! కాలగమనంలో అర్థాలు ఇలా మారిపోతుంటాయి. మొత్తం మీద సుకియలు అనేవి ఆ రోజుల్లోనే తెలుగు వారు నిప్పులమీద కాల్చి ఫుల్కా రోటీలాంటి వంటకం చేసుకొని ఉంటారనీ, కొన్ని నిఘంటువులు పేర్కొన్నట్టు పూర్ణం బూరెలు కాకపోవచ్చనీ ఒక నిర్ధారణ చేయవచ్చునను కొంటాను.

తెలుగు ఇడ్డెనలు తియ్యన

"హంసవింశతి" కావ్యంలో అయ్యలరాజు నారాయణామాత్యుడు **"...బరిడ గవ్వలు జాపట్లును ఇడ్డెనలు తేనె తొలలు బొరుగులు..."** అంటూ కొన్ని రకాల తీపి పదార్థాలతో పాటు ఇడ్డెనలను ప్రస్తావించాడు. ఇడ్డెనలు లేదా ఇడ్లీలను తియ్యగా తినేవాళ్ళా మన పూర్వులు...? ఆలోచించాల్సిందే! వ్యాపారానికి బండిగట్టుకుని పోతూ వెంట తీసుకుని వెళ్ళిన ఆహారపదార్థాల పట్టిక ఇది. శ్రీధరమల్లె వెంకటరామకవి కూడా"బ్రహ్మోత్తరఖండము" కావ్యంలో **"పరమాన్నములు దేనె ఫలరస ప్రకరంబు లిడ్డెనల్ పులగంబు లడ్డువములు.."**అంటూ, 'ఇడ్డెన'లను తీపి పదార్థాలతో పాటే ప్రస్తావించాడు. పక్కనే పులగాన్ని కూడా పేర్కొన్నాడు. పులగం అనేది బియ్యం, పప్పు కలిపి వండిన అన్నం. దీన్నే కటుపొంగలి అని అదేదో అరవల వంటకం అనే భ్రమలో మనం తింటున్నాం. పులగాన్ని మన పూర్వులు నెయ్యి, బెల్లం ముక్కతో దేవుడికి నివేదన పెడతారు. ఇందులో ఉప్పు, కారం తాలింపులు ఏవీ ఉండవు. అందుకని, కారపు ద్రవ్యం కాదు. కాబట్టి, మన పూర్వీకులు ఇడ్డెనలను పంచదార పాకంతో గానీ, తియ్యని పాలతో గానీ, తేనెతో గానీ, తీపి పదార్థంగానే తినేవాళ్ళని భావించేందుకు అవకాశం ఉంది.

ఆయుర్వేద వైద్య గ్రంథం 'యోగరత్నాకరం'లో ఆనాటి తెలుగు వంటకాల వివరాలు కొన్ని మనకు తెలుస్తాయి. ఇండరీ' అనే ఒక వంటకం గురించి ఉంది. మినప్పప్పు(లేదా పెసర పప్పు)ని రుబ్బి అల్లం, జీలకర్ర కలిపిఆవిరిమీద ఉడికించినవి ఈ ఇండరీలు. ఆవిరికుడుములు లేదా "వాసెనపోలి" అంటే ఇవే! ఉప్పుడురవ్వ కలపకుండా చేసే ఇడ్లీ ఇది.

వేటూరి వాసుదేవశాస్త్రి గారు 1938లో "వస్తుగుణప్రకాశిక" వైద్యగ్రంథంలో ఇడ్డెనల గురించి వివరిస్తూ,"కాఫీ హోటళ్ళలో నిది ప్రధానమగు ఫలహారపు వస్తువు. ఇరువది సంవత్సరముల నుండి దీనికి కలిగినప్రభావము, వ్యాప్తి వర్ణనాతీతము. దీనికై ప్రత్యేకముగ ఇడ్లీపాత్రలు బయలు దేరినవి, నాగరికత గల ప్రతికుటుంబములోనూ యుదయము నిడ్డెన తయారు చేయుచునే యుందురు" అని వ్రాశారు. ఈ మాటల్నిబట్టి ఇడ్లీ 1920 తరువాతే మనకు అలవాటయ్యిందని అర్థం అవుతోంది. ఈ కాలంలోనే ఉడిపి కాఫీ హోటళ్ళు ఊరూరా వెలిసాయి. మొత్తం దక్షిణ భారత దేశంలోనే ఇడ్లీ ఒక ప్రాథమిక వంటకంగా నిలబడిపోయింది. అట్టు, ఉప్మా, పూరీలు ఇడ్లీకి తోడైనాయి. ప్రొద్దునపూట చలిదికి బదులుగా టిఫిన్ చేయటం మొదలైంది. టిఫిన్ తిన్న తరువాత కాఫీ, టీలను సేవించటం ఒక నాగరికతఅయ్యింది.

కన్నడం "ఇడ్డళి", తమిళం "ఇడ్డలి" కాలక్రమంలో ఇడ్డిలి- ఇడ్లీ గా రూపాంతరం పొంది వుండవచ్చు. క్రీ.శ. 920కి చెందిన శివకోటి ఆచార్య కన్నడ "వద్దారాధనే" గ్రంథంలో "ఇడ్డలిగే" పేరు మొదటగా పేర్కొన్నాడని ప్రసిద్ధ ఆహార చరిత్రవేత్త కె టి అచ్చయ్య రాశారు. ఒక బ్రహ్మచారికి వడ్డించిన 18 రకాల వంటకాలలో ఈ "ఇడ్డలిగే" ఒకటిట! క్రీ.శ 1025లో చాముండరాయ కవి తన కాలంలో ఇడ్లీలను ఎలా తయారు చేసుకొనేవారో చక్కగావివరించాడు. మినప్పప్పుని మజ్జిగలో నానబెట్టి రుబ్బి ఆవిరిమీద ఉడికించి, వాటిని తాలింపు పెట్టిన పెరుగుపచ్చడి లేదా మజ్జిగ పులుసుతో నంజుకొని తినేవారట.

క్రీ.శ. 1130లో "మానసోల్లాస" అనే విజ్ఞాన సర్వస్వ గ్రంథం ఆనాటి కన్నడ ప్రజల సాంఘిక జీవితానికి అద్దం పట్టింది. ఇందులో "ఇడ్డరిక"ల ప్రస్తావన ఉంది. రుబ్బిన మినప్పిండిలో మిరియాలపొడి, జీరా వగైరా సుగంధ ద్రవ్యాలు కలిపి ఇంగువ తాలింపు పెట్టి, దాన్ని ఉండలుగా చేసి ఆవిరిమీద ఉడికించే వారని ఈ గ్రంథం పేర్కొంటోంది. సోయాబీన్, పేరు శనగ, చేప మాంసాలను పులియబెట్టి ఇండోనేషియన్లు ఆవిరిమీద ఉడికించే వంటకాన్ని "కెడ్లీ" అంటారట.

ఇలా మొదలైన ఇడ్లీల ప్రస్థానాన్ని ఉప్పుడురవ్వను కలపటం ద్వారా తెలుగు వాళ్ళు మరో మలుపు తిప్పారు. ఉత్తరాది వారంటే రొట్టెలు తినేవారనీ, దక్షిణాదివారంటే ఇడ్లీ తినేవారనీ ఒక స్పష్టమైన విభజన ఈ 70 యేళ్ళలోనే జరిగింది.

మన కావ్యాలలో మన ప్రాచీన సంస్కృతి అనంతంగా నిక్షిప్తం అయి ఉంది. ఆ నాటి ప్రజల ఆరోగ్యం ఇప్పటి మనతో పోలిస్తే, ఎన్నో రెట్లు గొప్పది. వాళ్ళు ఏం తిని శక్తిమంతులయారో తెలుసుకోవటం అవసరం కూడా!